

# 5月の献立



目00を書いてみよう☆

多者鹿蝶給食

1日(火) ごはん  
 ・チキンの  
 フレーク焼き  
 ・ポテトサラダ  
 ・新玉ねぎと  
 ミニチンゲンサイの  
 スープ

こどもの日  
 1について  
 詳しくは  
 ちらしに  
 詳しい  
 こいのぼり丼  
 (ごはん+えびの天395)  
 ・たけのこのいためもの  
 ・ひらひらコイスープ  
 ・かしねもち

7日(火)  
 ・わかめうどん  
 ・ししゃもの  
 いそべあげ  
 ・キャベツと  
 もやしのお味噌汁

8日(水)  
 ・ごはん  
 ・多者鹿蝶と春野菜の  
 BBQソースいため  
 ・小松菜とひじきの金糸サラダ  
 ・とりたまスープ  
 ・いちご

1日に1メートルも伸びる!?あの春野菜と多者鹿蝶がコラボレーションした、人気のBBQいため☆

9日(木)  
 ・ハ宝丼  
 ・しょうまいの  
 香りあげ  
 ・七草干大根の  
 中華和え

10日(金) たけのこごはん  
 ・あげ豆腐の  
 タブルねぎあんかけ  
 ・茎わかめの和えもの  
 ・白玉もちと  
 ゴールドいたけの  
 すまし汁

13日(月)  
 ・ごはん  
 ・とりとレバーの  
 チリソースからめ  
 ・塩ナムル  
 ・あさりとCPの  
 中華スープ

14日(火)  
 ・ごはん  
 ・豚肉の野菜  
 ロール巻き  
 ・春キャベツの  
 ごまこんぶ和え  
 ・3のおみそ汁

ハ宝の宝(具)が入っていますよ、おついたらお返す?!

みなさんがあたし前のように食べているシタケ、実は00000ゴールドを取っているんです!!

貝にも匂いがあるって知っていましたか? うまみがぎゅぎゅーとつまたあさりのスープ、めろちゅあいいです♡

15日(水)  
 ・ごはん  
 ・肉のたの  
 ばくの煮  
 ・人参と小松菜の  
 マヨネーズ和え  
 ・ソーメン汁

16日(木) 麦ごはん  
 ・Xミルレーサの  
 香草焼き  
 ・ひじきとハムの  
 ごま油和え  
 ・3おとろ  
 キャベツスープ

17日(金)  
 ・ごはん  
 ・赤みそカツ  
 ・いんげん豆と  
 こんにゃくの  
 黒ごま和え  
 ・春キャベツの  
 おみそ汁

20日(月)  
 ・ごはん  
 ・あつやき卵の  
 肉みそソースかけ  
 ・七草干大根の  
 あまず和え  
 ・新ごぼうと  
 レタスのおみそ汁

Q. Xミルレーサの住んでいるところは 海の深いところ? 浅いところ? ヒトはXミルレーサの顔に隠れているよ!!

定番になりつつある赤みそカツ! 本場、愛知県より、ハジメを耳利かせていただき、作っています!! 夕の日に注目00を

21日(火) かがみかみ  
 玄米ごはん  
 ・ポテトのからあげ  
 ・マカロニサラダ  
 ・ミルクキャロット  
 スープ

22日(水) まんまるパン  
 (レーズンクリーム)  
 ・あげイワシの  
 トマトソースかけ  
 ・もやしとささみの  
 ごまサラダ  
 ・ごろごろ野菜の  
 コンソメスープ

23日(木)  
 ・ごはん  
 ・とりしおじゃが  
 ・糸内豆和え  
 ・キムチ汁

24日(金) 麦ごはん  
 ・金糸いため  
 きくらげと  
 キャベツの中華  
 和え  
 ・あさりと桜えびの  
 スープ

スープの色に注目!! なんとキレイな色から♡人参が苦手な人も食べやすく、すりつぶしてからスープに入れています!! 有機人参なので、もちろん皮ごと!!

金糸といえば、あの食品...!!と思いきや、今日は00-以外にも金糸たっぷりモリモリ給食!!

27日(月) ごはん  
 ・あじの香味ライ  
 ・リッちゃんサラダ  
 ・ミートボール  
 シチュー

28日(火) 麦ごはん  
 ・あつあげの  
 山くじらあんかけ  
 ・わかめとキャベツの  
 ごま和え  
 ・たいだんごの  
 すまし汁

3.3さといっくり給食  
 ・石見和牛丼  
 ・野菜のほさまあげ  
 ・水菜のシャキシャキ  
 サラダ  
 ・カラマンダリン

30日(木)  
 ・ごはん  
 ・ココロ鯨の  
 ホイルつみ焼き  
 ・里野菜の香り和え  
 ・さおにねん

ミートボールシチューと聞いて「ひん」ときた人はかなりのジジファン!? あの和作の中に出ているよ!!

お隣の島南町ですくすく育った石見和牛。年間200頭しか出荷されない貴重な牛です。食べるものや水、そして育つ環境にもこだわり。牛たちがストレスなくのびのびと過ごすことが出来るように...。大切に大切に育てられた牛たち。その命をいただき、私たちがその命を受け取り、食べると「いっくり」元気に過ごせるよう給食にしてお届けします!!  
 “いっくりにいっくり” このステキなネーミングは、いつもみなさんを支えてくださっているあの方が考えたんですよ!!  
 ☆物資の都合により、献立・食材を変更することがあります。ご了承ください。  
 ☆牛乳は毎日つきます。

骨を取った、ココロがホッとする新鮮な野菜を、調理員さんが1つ1つお心にホイルで包みこんで、火をつけていただきます!!

今月の栄養価  
 エネルギー 638/823kcal  
 たんぱく質 25.1/30.9g  
 脂質 21.3

31日(金)  
 ・ごはん  
 ・ちくぜん煮  
 ・七草干大根の  
 のりマヨ和え  
 ・絹豆腐と  
 わかめのおみそ汁





